افق خانواده
ضمیمه هفته‌نامه افق حوزه
چهارشنبه ۲۳ تیرماه ۱۳۸۹/ شماره اول

مؤمن همواره خانواده خود را از دانش و ادب شایسته بهره‌مند می‌سازد تا همه آنان را وارد بهشت کند.
امام صادق(ع)، مستدرک الوسایل، ج۱۲، ص۲۰۱



مسابقه شکوفه‌های یاس صفحه ۶

سرمقاله

به نام خدا

با سلام

افق خانواده میهمان سه ساله خانه‌های شماست و استقبال خوب شما رشد و پویایی این بخش از نشریه را به ارمغان آورده است. خانواده روحانیون و طلاب محترم، جزئی از خانواده بزرگ حوزه‌اند، بر این اساس رسانه رسمی حوزه باید به این بخش بزرگ از مخاطبان خود توجه ویژه می‌نمود.

اولین شماره افق خانواده به‌عنوان صفحه ویژه خانواده در تاریخ۱۳۸۶/۱/۲۲ انتشار یافت، این بخش شامل مطالبی برای کودکان، نوجوانان و والدین بود؛ تنوع و کاربردی بودن مطالب سبب گرایش شورانگیز خوانندگان این صفحه گردید و این‌گونه بود که مسئولان نشریه تصمیم گرفتند تا با توسعه افق خانواده و انتشار آن به عنوان ضمیمه ۸ صفحه‌ای، گامی دیگر جهت خدمت‌گزاری بیشتر به خانواده‌ها بردارند، ان‌شاءالله افزوده شدن صفحه‌ها و ستون‌ها را نیز در گام‌های بعدی شاهد خواهیم بود.

در پایان از شما کودکان عزیز، نوجوانان ارجمند و والدین محترم خواهشمندیم، جهت پویایی روزافزون این نشریه که اختصاص به شما دارد ما را با ارائه پیشنهاد و انتقاد یاری فرمایید، ما شما را از اعضای تحریریه افق خانواده می‌دانیم.

با تشکر



رویش شکوفه‌های زهرایی مبارک باد


طب ناب: توت فرنگی
صفحه ۷


تازه‌های علمی
صفحه ۷


سفره‌خانه: کیک گیلاس
صفحه ۷


راه سعادت
صفحه ۸

... سیره خوبان



مقدس اردبیلی مسائل مشکل را از حضرت امیر (ع) و از حضرت بقیة‌الله (عج) می‌پرسید

صاحب «روضات‌الجنات» از کتاب «انوار نعمانیه» از مرحوم سید نعمت‌الله جزایری نقل کرده است که او گفت: معتبرترین استاد من در علم و عمل، برایم نقل کرد که: مقدس اردبیلی شاگردی پرهیزکار و فاضل به نام میر فیض‌الله تفرشی داشت که او گفت: در صحن مطهر حضرت امیر علیه‌السلام حجره‌ای داشتم. | صفحه ۶

... خبر

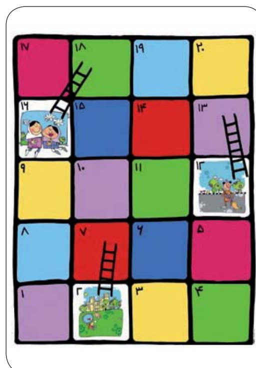
رئیس شورای فرهنگی- اجتماعی زنان

زمینه راه‌اندازی رشته مطالعات زنان در مراکز حوزوی فراهم می‌شود

ترسی از رواج دیدگاه‌های فمینیستی از طریق رشته مطالعات زنان در کشور وجود ندارد، زیرا وزارت علوم در طول دولت نهم رشته مطالعات زنان را مورد بازنگری قرار داده و اصلاحات لازم صورت گرفته است/ دروس این رشته تغییر می‌کند.

رئیس شورای فرهنگی- اجتماعی زنان می‌گوید: ترسی از رواج دیدگاه‌های فمینیستی از طریق رشته مطالعات زنان در کشور وجود ندارد، زیرا از طرفی وزارت علوم در طول دولت نهم رشته مطالعات زنان را مورد بازنگری قرار داده و اصلاحات لازم صورت گرفته است و از طرف دیگر اکثر دانشجویانی که در این رشته تحصیل می‌کنند، به دنبال شناخت دقیق‌تر دیدگاه اسلام در رابطه با زن در نظام جمهوری اسلامی هستند. خانم نوبخت هم‌چنین راه‌اندازی رشته مطالعات زنان | صفحه ۲


گفت‌وگو صفحه ۳


سرگرمی صفحات ۴ و ۵


آیا می‌دانید؟ صفحه ۸

رئیس شورای فرهنگی- اجتماعی زنان

زمینه راه‌اندازی رشته مطالعات زنان در مراکز حوزوی فراهم می‌شود

از صفحه ۱ | در چندیـن مرکز حوزوی در قم را راهکار دیگری برای آشـنایی دانشـجویان با دیدگاه‌های اسـلام در رابطــه با زنان می‌داند. خانـم منیره نوبخت گفت: ایجاد تغییر در رشـته مطالعات زنان در راسـتای بحث اساسـی و مهم تحول در علوم انسـانی در شورای عالی انقلاب فرهنگی و شـورای فرهنگی- اجتماعی زنان مطرح شده است. او ادامه داد: شورای عالی انقلاب فرهنگی، کمیته‌ای برای پیگیری تغییر در رشـته‌های علوم انسـانی تشکیل داده است و اعضای این شورا، پیشنهاداتی را برای تغییر در دروس عنوان کرده‌اند. رئیس شورای فرهنگی- اجتماعی زنـان تصریح کرد: مهم‌ترین نقیصه رشـته‌های علوم انسـانی، گرایش بیـش از حد به مبانی و دیدگاه‌های غربی است و همین اشکال به طور اخص در رشته مطالعات زنان نیز مشاهده می‌شود که باید برطرف شود. نوبخت اضافه کرد: اصلاح سرفصل‌های دروس و هماهنگ کردن محتوای آموزشی این رشته‌ها با دیدگاه اسلام، مهم‌ترین مسئله‌ای است که در تغییر رشته مطالعات زنان باید در نظر گرفته شـود. ایجاد تنوع در رشـته مطالعات زنان به لحاظ تخصصی، موضوع دیگری است که باید در نظر گرفته شود؛ به طور مثال باید رشته مطالعات زنان با گرایش حقوق، مسائل خانواده و غیره ایجاد شـود تا متخصصان رشته مطالعات زنان با تنوع تخصص، در جامعه حضور داشته باشند.

رئیس شـورای فرهنگی- اجتماعی زنان تاکید کرد: مسـئله اساتید رشته مطالعات زنان نیز باید مورد بررسی قرار گیرد و باید مشکل کمبود اساتید مبرز در این رشته را برطرف کرد. خانم نوبخت اضافه کرد: وزارت علوم موظف شده است،موضوع کمبود اساتید رشته مطالعات زنان را حل کند و برای حل این مشکل با راه‌اندازی مقطع دکتری در این رشته موافقت شده است. پیشنهاد ما این اسـت که مقطع دکتری رشته مطالعات زنان در دانشگاه تربیت مدرس راه‌اندازی شود که وظیفه اصلی این دانشگاه، تربیت‌مدرس و استاد است.

رئیس شـورای فرهنگــی- اجتماعی زنان تاکید کرد: بسـیاری از صاحب‌نظران بــر این اعتقاد هسـتند که رشـته‌های علوم انسـانی بعد از پیروزی انقلاب اسـلامی نیازمند تولید علم، اندیشه و نظریه‌پردازی مبتنی بر مبانی اسـلامی جامعه هسـتند؛ بنابراین در رشته‌های علوم انسانی باید تحول صورت بگیرد. رشـته مطالعات زنان در مقایسـه با سـایر رشـته‌های علوم انسانی، رشته نوپایی اسـت و به دلیل همین نوپابودن اسـت که نقایص جدی‌ای را در این رشته شاهد هستیم.

خانـم نوبخت در پاسـخ به این سـؤال که تـرس از ترویج دیدگاه‌های فمینیسـتی در جامعه به عنوان دلیلی برای تغییر در رشـته مطالعات زنان در کشـور در نظر گرفته شده است یا خیر،گفت: ترس از رواج دیدگاه‌های فمینیسـتی از طریق رشته مطالعات زنان در کشور وجود ندارد، زیرا از طرفی وزارت علـوم در طول دولت نهم رشـته مطالعات زنان را مـورد بازنگری قـرار داده و اصلاحات لازم صورت گرفته اسـت و از طرف دیگر اکثر دانشجویانی که در این رشـته تحصیل می‌کنند، به دنبال شناخت دقیق‌تر دیدگاه اسلام در رابطه با زن در نظام جمهوری اسلامی هسـتند. رئیس شورای فرهنگی اجتماعی زنان تصریح کرد: همین علاقه دانشجویان به شـناخت دیدگاه اسلام در رابطه با زنان باعث شده است که زمینه راه‌اندازی رشته مطالعات زنان در چندین مراکز حوزوی در قم، فراهم شود.

آموزش قرآن در مهدهای کودک

قرآن در تمامی مهدهای کودک آموزش داده می‌شود



در تمامی مهدهای کودک، به جز مهدهایی که فرزندان اقلیت‌های مذهبی در آن‌جا نگه‌داری می‌شوند، به کودکان قرآن آموزش داده می‌شود. جوادی، مدیر کل دفتر کودکان و نوجوانان سازمان بهزیستی کشور در گفت‌وگو با خبرنگار باشگاه خبرنگاران افزود: برنامه‌های آموزشی در دو رده سنی مختلف،در نظر گرفته شده ،که توسط مهدهای کودک و تحت نظارت سازمان بهزیستی کشور اجرا می‌شود. وی رده‌های سـنی آموزش در مهدهای کودک را زیر سـه سـال و سه تا شش سال عنوان و تصریح کرد: در تمامی مهدهای کودک تحت نظارت سازمان بهزیستی، به جز مهدهای کودک اقلیت‌های مذهبی، قرآن کریم به کودکان آموزش داده می‌شود.

تشکیل گروه‌های تخصصی بانوان

رئیس جمعیت هلال‌احمر

گروه‌های تخصصی بانوان در حوادث تشکیل می‌شود

رئیس جمعیت هلال‌احمر گفت: با تشکیل گروه‌های تخصصی بانوان و افزایش آموزش همگانی زنان در حوادث ، می‌توان حضور زنان در حادثه‌ها را برای آرامش بخشیدن و تسـکین به بانوان آسـیب دیده افزایش داد. آقای ابوالحسـن فقیه در همایش «راه‌های بهبود و تقویت نقش زنان در خدمات بشر دوستانه» با اشاره به این‌که حضور زنان با توجه به روحیه بشردوسـتانه بالای آن‌ها نسـبت به مردان بسـیار است، گفت: با استفاده از این روحیه می‌توان از سرمایه عملی زنان و توانمندی های آن‌ها در حوادث به صورت تخصصی بهره برد. وی افزود: نقش زنان از صدر اسلام با حضور بانوان بزرگی همچون حضرت خدیجه(س)، حضرت فاطمه زهرا (س) و حضرت زینب کبری (س) در تعالی دین و جامعه مسلمین بسیار مؤثر بوده است. فقیه اضافه کرد: بعد از انقلاب اسلامی و با تعریف جدیدی که امام خمینی(ره) از نقش زنان در جامعه اسلامی برای ایفای فعالیت‌های گسترده تبیین کردند، زنان توانستند برخلاف تعریف ابزاری غرب از زن، مشارکت بسیار خوبی با حفظ کرامت خود در جامعه ایفا کنند.

مزایای استفاده بهداشتی از پستانک

استفاده از پستانک با رعایت موارد بهداشتی می‌تواند از مرگ ناگهانی نوزادان جلوگیری کند



مرگ ناگهانی نوزادان در اولین سـال زندگی، سـومین علت مرگ و میر نوزادان شـناخته شده که سالانه قربانیان زیادی در سراسر جهان می‌گیرد. هنوزعلت مشـخصی برای مرگ ناگهانی نوزادان یافت نشـده است، ولی خوابیدن به پهلو یا روی شکم، خوابیدن روی سطح نرم، سیگار کشیدن مادر در دوران بارداری، حاملگی در سن پایین و تولد نوزاد با وزن کم، همگی از عواملی هستند که خطر ایجاد مرگ ناگهانی نوزادان را افزایش می‌دهند. در بررسی جدیدی مشاهده شد که استفاده نوزاد از پستانک این خطر را کم می‌کند. البته برخی از کارشناسان معتقدند که نوزادان به دلیل مکیدن پستانک راه عبور هوا را برای خود باز می‌کنند؛ به عبارت دیگر، اگر وقفه‌ای در تنفسشان ایجاد شود با مکیدن، این وقفه برطرف خواهد شد. با توجه به این‌که علت مرگ ناگهانی نوزادان در بسیاری از موارد عدم تنفس برای مدتی کوتاه است، به نظر می رسد مکیدن پستانک برای این منظور، مفید واقع شود.

پیشگیری از مشکلات خانوادگی

توصیه‌های حجت‌الاسلام والمسلمین راستگو

از آن جایی که طلاب، بیشتر اوقاتشان را مشغول تدریس، تحصیل، مباحثه و مطالعه هستند و عده‌ای هم در قالب تبلیغ، در عقیدتی– سیاسی نهادها و مراکز مختلف حوزوی، مشغول به کار می‌باشند، کمتر فرصت می‌یابند به امر تربیت خانواده و فرزندان بپردازند. از طرفی عواملی مانند: نبودن آموزش‌های لازم برای تربیت فرزندان، نداشتن ارتباط سالم و صادقانه بین اعضای خانواده، رعایت نکردن حق و حقوقی که بر هر کدام از زن و شوهر نسبت به همدیگر واجب است، از عوامل اصلی زمینه‌ساز آسیب‌های اجتماعی و خانوادگی است. لذا، اگر هر کسی در خانواده به وظایف و مسئولیت‌هایی که بر عهده او قرار گرفته است، به درستی عمل کند، از ایجاد بسیاری از آسیب‌ها و مشکلات خانوادگی و اجتماعی پیشگیری شده و درصد بالایی از این آسیب‌ها درمان می‌شود. همین‌طور برای ترویج آموزه‌های دینی، مبلغ بایستی از آرامش روانی بالایی برخوردار باشد که این آرامش، زمانی محقق می‌شود که در محیط خانه و خانواده، آرامش روانی وجود داشته باشد. برای رسیدن به این آرامش، یا باید طرفین (زن و شوهر) از فرهنگ بالایی برخوردار باشند و یا باید آموزش‌های لازم را ببینند تا آن فرهنگ در آن‌ها ایجاد شود. این آموزش‌ها را نمی‌توان به صورت مستمر در حوزه و در قالب کلاس درس برگزار نمود، بلکه از طریق نشریات و مجلات رایگان که در اختیار خانواده‌ها قرار می‌گیرد، به راحتی انجام شده، و می‌تواند در آموزش‌های تربیتی خانواده‌ها، با همسران و فرزندان طلاب، ارتباط برقرار کند، چرا که این آموزش‌ها به تدریج زمینه پیشگیری از مشکلات و آسیب‌ها را فراهم کرده و یک باور فکری و اجتماعی در خانواده‌ها ایجاد می‌کند و آثار مفید و مثبتی در کل جامعه به‌وجود می‌آورد. امروزه، توجه خانواده‌ها به مسائل اعتقادی یا کم است و یا نیست و کمتر کسی پیدا می‌شود که یک دوره عقاید و معارف اسلامی به فرزندان خود، آموزش داده باشد. این بی‌توجهی می‌تواند در رسیدن خانواده‌ها به موفقیت، اختلال ایجاد کند. هم‌چنین تبیین نکردن مسائل سیاسی روز برای فرزندان در خانواده، می‌تواند زمینه‌ساز برخی معظلات و مانع موفقیت باشد. باید به فرزندان و اعضای خانواده این مسئله را تبیین کنیم که اگر فلان مسئول یا فلان روحانی مرتکب اشتباهی شد، نباید به حساب دین گذاشت. اگر فرزند ما از یک روحانی رفتارهای ضد نظام و ضد ولایت ببیند و یا از فلان شخص، موضع‌گیری‌های بی‌جا ببیند، نسبت به دین و ولایت فقیه و ... بدبین می‌شود و اگر سرپرست خانواده نتواند در خانواده این مسائل را برای فرزندانش تحلیل و تبیین کند، تبعات جبران‌ناپذیری را به‌وجود می‌آورد.

توجه و مقایسه بین رسانه‌های داخلی و خارجی، دینی و ضددینی از قبیل تلویزیون، روزنامه‌ها، مجلات، سایت‌های داخلی و بیگانه و اینترنت نیز می‌تواند در به‌وجود آوردن آسیب‌ها و یا رسیدن به موفقیت، نقش مؤثری داشته باشد. ما باید ببینیم فرزندان ما از کدام رسانه‌ها و با چه محتواهایی تغذیه می‌شوند؟ آیا با رجوع کردن به سایت‌ها، از محتواها و مقالات علمی و کاربردی بهره‌مند می‌شوند، یا به دنبال محتویات مخرب هستند؟ درصد استفاده مفید و مؤثر آن‌ها از این رسانه‌ها چقدر است؟ استفاده منفی از رسانه‌ها می‌تواند بین نسل قدیم و جدید، گسست ایجاد کند و در عصر کنونی این گسست ایجاد شده است؛ هرچند که گاهی اوقات این گسست در رفتار فرزندانمان به وضوح قابل مشاهده نباشد. حتی ممکن است فرزندان در مقابل پدر و مادر نماز هم بخوانند، ولی فکر و ذهن آن‌ها در فضای دیگری سیر می‌کند؛ مانند فرزند حضرت نوح که با این که پدر از پیامبران اولوالعزم است، ولی پسر به خاطر این‌که تحت تأثیر عوامل مخرب بیرونی قرار گرفته است، نمی‌تواند همراه پدرش به سعادت، موفقیت و رستگاری برسد. برای داشتن سپر دفاعی محکم در برابر اندیشه‌های دیگر، باید حوزه به آن اندیشه‌ها هم بپردازد و زمینه‌ساز آشنایی والدین و حوزویان با آن را فراهم کند، برای همین باید در مسائل سیاسی و اجتماعی از همه اندیشه‌ها در نشریات حوزه، بهره گرفت؛ همان‌طور که امام رحمةالله‌علیه به گورباچف پیشنهاد کرد که از تئوریسین‌ها و ایدئولوگ‌های مارکسیسم به حوزه‌های علمیه بفرستد، این پیشنهاد به خاطر این بود که امام می‌دانست و اعتقاد داشت که حوزه می‌تواند در برابر شدیدترین حملات ضدخدایی، سپر مقاوم و پاسخ‌گوی همه شبهات ضددینی باشد. همان‌طور که سیره پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله و ائمه علیهم‌السلام نیز همین‌گونه است و شاگردان آن‌ها با سران کفر و ادیان مذاهب دیگر به بحث و تبادل نظر می‌پرداختند و این بحث‌ها و مناظرات، هیچ‌وقت به مسائل ناهنجار اجتماعی و دینی منتهی نمی‌شد. اگر این برنامه در رسانه‌های حوزوی ایجاد شود، یعنی اندیشه‌های خودمان را محور قرار ندهیم و از اندیشه‌های مخالف، افکار و سلیقه‌های مختلف در این رسانه‌ها گنجانده شود، گام مؤثری در پیشبرد اهداف حوزوی و دینی برداشته خواهد شد، چرا که



اگر ما برای پذیرش اندیشه دینی، سرمایه‌گذاری نکنیم، چه بسا که بسترهای بیگانه برای پذیرش آن‌ها آغوش باز کنند و این می‌تواند ضربات جبران‌ناپذیری را وارد نماید. در حدیثی آمده است که: « العالم بزمانه لا تهجم علیه اللوابس، کافی/ کتاب عقل و جهل»؛ آگاه به زمان، اندیشه‌های مخالف را هم شامل می‌شود. تا ما ندانیم در سایت‌های خبری بیگانه چه می‌گذرد، نمی‌توانیم موضع‌گیری درستی در قبال پاسخ دادن و یا نقد و بررسی آن‌ها داشته باشیم. کسی که ظرفیت تحلیل مسائل بیگانه، از جمله نقد و بررسی کتب ضاله –که اندیشه‌ها و محتواهای مخرب و گاهی نیمه‌مستهجن در آن‌ها مطرح شده– را دارد، واجب است که نسبت به این‌ها آگاهی پیدا کرده و برای دفاع از اندیشه‌های ناب اسلامی به نقد و پاسخ‌گویی آن‌ها بپردازد. این رسالت بزرگ در نشریات و رسانه‌های حوزوی، از جمله نشریه افق حوزه می‌تواند ایفای نقش کند و یک جهش فکری همه‌جانبه در حوزه ایجاد نماید.

خبر

رئیس سازمان جوانان جمعیت هلال احمر:

جشنواره نقش روزی حلال در تأمین سلامت و زندگی انسان‌ها برگزار می‌شود



رئیس سازمان جوانان جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران گفت: این سازمان با دعوت از جوانان زیر ۲۹ سال کشور، اولین جشنواره «نقش روزی حلال در تأمین سلامت و زندگی انسان‌ها» را برگزار می‌کند. محمود مظفر افزود: این جشنواره با هدف تأمین سلامت و زندگی انسان‌ها درمحورهای مقاله‌نویسی (تحقیق و پژوهش، همراه با ذکر آیات و روایات)، ذکر مصادیق و خاطرات، نقاشی و طراحی، شعر و کاریکاتور برگزار می‌شود. به گفته وی، مصادیق مال حرام و روزی حلال، نتیجه و عواقب مال حرام در زندگی انسان‌ها، مال حرام و فحشاء، مال حرام و قتل و زندان، مال حرام و طلاق، مال حرام و بیماری‌های سخت، مال حرام و مرگ زودرس، مال حرام و ورشکستگی و تنگدستی و مال حرام و قانون شکنی، رابطه روزی حرام با اعتیاد، آسیب‌های اجتماعی، مال حرام و قانون‌گریزی و مال حرام و ورشکستگی، از جمله موضوعاتی است که برای این جشنواره در نظر گرفته شده است. وی افزود: جوانان زیر ۲۹ سال که تمایل به شرکت در این جشنواره را دارند باید با انتخاب یکی از موضوعات، آثار خود را حداکثر تا پایان مرداد ۸۹ به مراکز امور جوانان جمعیت هلال احمر یا کانون‌های دانش‌آموزی، جوانان، دانشجویی، طلاب و روستایی سازمان جوانان جمعیت هلال احمر ارسال کنند. آقای مظفر گفت: علاقه‌مندان می‌توانند با مراجعه به مراکز امور جوانان جمعیت هلال‌احمر سراسر کشور، فرم مربوط به شرکت در جشنواره را دریافت کنند. سازمان جوانان جمعیت هلال احمر با هدف تأمین سلامت و زندگی انسان‌ها، تسکین آلام بشری، احترام به کرامت انسانی و صلح‌دوستی در سطح کشور فعالیت می‌کنند.



بزرگسالان و سالمندان نیز مانند کودکان به واکسیناسیون دوره‌ای نیازمندند



پزشکان توصیه می‌کنند: بزرگسالان و سالمندان نیز برخی از واکسن‌ها را بزنند و غفلت نکنند. واکسن آنفولانزا بین ماه‌های مهر تا آبان، واکسن سینه‌پهلو از سن ۶۵ سالگی به بعد، واکسن کزاز و دیفتری از سن ۱۹ سالگی به بعد هر ده سال یک بار و آبله مرغان در صورت مبتلا نشدن در سال‌های پیشین، از جمله واکسن‌هایی هستند که برای بزرگسالان نیز توصیه می‌شود. هم‌چنین واکسن اچ پی وی یا واکسن سرطان دهانه رحم برای افراد بیش از ۲۶ سال و هپاتیت و واکسن تبخال و زونا برای افراد بزرگ‌تر از ۶۰ سال، از واکسن‌هایی هستند که تزریق آن برای بزرگسالان توصیه می‌شود.

رنگ‌آمیزی

شماره‌های پایین نقاشی را به یکدیگر وصل کنید، سپس نقاشی را رنگ‌آمیزی نمایید.





قاضی: هر کس در دادگاه حرف بزند دستور می‌دهم اونو از دادگاه بیرون کنند.
زندانی: آقای قاضی من حرف زدم

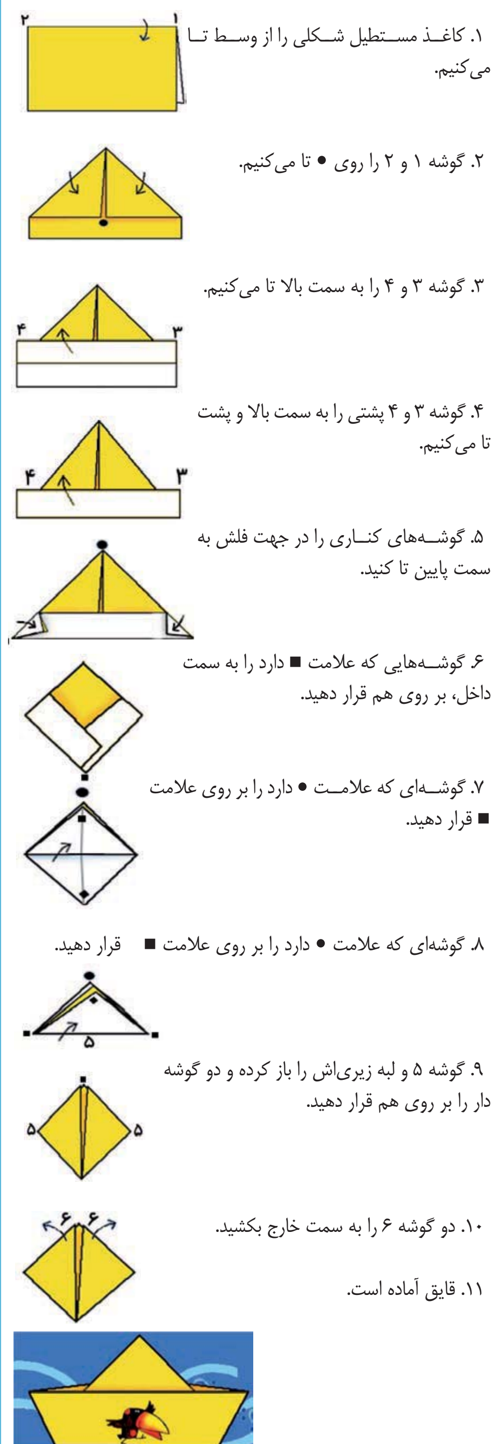
یه آقایی رو برای اولین بار می‌برند توی هلی‌کوپتر. توی آسمان از سمت چپی‌اش می‌پرسه: شما گرمتونه؟ طرف می‌گه: نه. از سمت راستی‌اش می‌پرسه: شما گرمتونه؟ اون یکی هم می‌گه نه. بعد آقاهه بلند می‌گه: آقای خلبان هیچ کس گرمش نیست. اون پنکه سقفی رو خاموشش کن (پره‌های هلی‌کوپتر)!

یه بیمار دیوونه دنبال رئیس بیمارستان می‌افته. خلاصه رئیس بیمارستان رو تو یه بن‌بست گیر می‌آره. رئیس بیمارستان با ترس می‌گه: از جون من چی می‌خوای؟ دیوونه هه می‌ره با دست بهش می‌زنه می‌گه: حالا تو گرگی!

دانش‌آموزان ممتاز



کاردستی



۱. کاغذ مستطیل شکلی را از وسط تا می‌کنیم.

۲. گوشه ۱ و ۲ را روی ● تا می‌کنیم.

۳. گوشه ۳ و ۴ را به سمت بالا تا می‌کنیم.

۴. گوشه ۳ و ۴ پشتی را به سمت بالا و پشت تا می‌کنیم.

۵. گوشه‌های کناری را در جهت فلش به سمت پایین تا کنید.

۶. گوشه‌هایی که علامت ■ دارد را به سمت داخل، بر روی هم قرار دهید.

۷. گوشه‌ای که علامت ● دارد را بر روی علامت ■ قرار دهید.

۸. گوشه‌ای که علامت ● دارد را بر روی علامت ■ قرار دهید.

۹. گوشه ۵ و لبه زیری‌اش را باز کرده و دو گوشه دار را بر روی هم قرار دهید.

۱۰. دو گوشه ۶ را به سمت خارج بکشید.

۱۱. قایق آماده است.

تست هوش

مردی که در میان دانه‌های قهوه است را پیدا کنید. پس از پیدا کردن این مرد توضیحات مربوط را مطالعه کنید تا متوجه شوید که عملکرد مغز شما چگونه است. شایان ذکر است که عکس سه‌بعدی نیست.



• اگر بتوانید ظرف ۳ ثانیه صورت مردی را در میان دانه‌های قهوه در عکس زیر پیدا کنید، نیم کره راست مغز شما، بهتر از افراد دیگر پرورش یافته است.

• اگر بین ۳ ثانیه تا یک دقیقه طول بکشد، نیم کره راست مغز شما به صورت عادی پرورش یافته است.

• اگر بین یک دقیقه تا سه دقیقه طول بکشد، یعنی سمت راست مغز شما کند عمل می‌کند و باید پروتئین بیشتری مصرف کنید!

• اگر هم بعد از سه دقیقه هنوز نتوانستید آن را پیدا کنید، پیشنهاد می‌شود بیشتر به دنبال انجام این‌گونه تست‌ها باشید تا آن بخش مغزتان قوی‌تر شود!

• بیشتر تلاش کنید.

• اگر باز هم مرد قهوه ای را پیدا نکردید پاسخ آن را در شماره بعد ببینید.

طنز



یک ایرانی داخل بانکی در نیویورک شد. نزد کارشناس بانک رفت و گفت که برای مدت دو هفته قصد سفر تجاری به اروپا را دارد و به همین دلیل نیاز به یک وام فوری به مبلغ ۵۰۰۰ دلار دارد. کارشناس نگاهی به تیپ و لباس مرد کرد و گفت: برای اعطای وام به قدری وثیقه و گارانتی نیاز داری. مرد هم سریع دستش را توی جیبش کرد و کلید ماشین فراری جدیدش را که جلوی بانک پارک کرده بود، به کارشناس داد. رئیس بانک هم پس از تطابق مشخصات مالک خودرو، بالأخره با وام او موافقت کرد، آن هم فقط برای دو هفته. کارمند بانک هم سریع کلید ماشین گران‌قیمت را گرفت و ماشین را به پارکینگ بانک در طبقه پایین انتقال داد.

مرد بعد از دو هفته برگشت و ۵۰۰۰ دلار+ ۱۵/۸۶ دلار کارمزد وام را پرداخت کرد. کارشناس رو به مرد کرد و از قول رئیس بانک گفت: از این که بانک ما رو انتخاب کردید متشکرم؛ ما چک کردیم و معلوم شد که شما یک میلیونر هستید. پس چرا با این همه ثروت به خودتان زحمت دادید که ۵۰۰۰ دلار از ما وام بگیرید؟

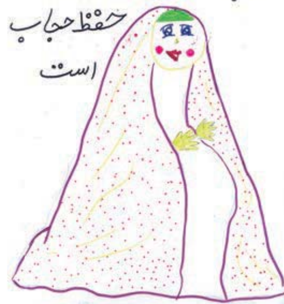
این مرد ایرانی نگاهی به کارشناس کرد و گفت: شما به من بگو کجای نیویورک می‌توانم ماشین ۲۵۰ هزار دلاری را برای ۲ هفته با اطمینان خاطر و فقط با ۱۵/۸۶ دلار پارک کنم؟!

نقاشی‌های شما





مبارکه نظریان ۶ ساله از قم



فاطمه فقیه اجارودی ۱۰ ساله از قم



سید ابوالفضل هادیان ۹ ساله از قم

... جدول

۱ـ یکی از اصول دین.
۲ـ بی‌گناه.
۳ـ لقب پیامبراکرم(ص).
۴ـ نماز را شکسته می‌خوانند.
۵ـ جدید.
۶ـ وسیله‌ای برای خوردن غذا.
۷ـ کارها.
۸ـ آشکار و روشن.
۹ـ از خانواده آجیل.
۱۰ـ میوه بهشتی.
۱۱ـ از فصل‌های سال.
۱۲ـ معروف.
۱۳ـ بیمار به آن نیاز دارد.
۱۴ـ بردبار.
۱۵ـ از خانواده حبوبات.
۱۶ـ نام زیرزمین خانه‌ها در گذشته.
۱۷ـ جوهر خوشنویس‌ها.

لطفاً با کنار هم قرار دادن حروف ستون رنگی مشخص شده، رمز جدول را پیدا کنید.

مسابقه شکوفه‌های یاس

۱- امام حسین علیه‌السلام در چه روزی به دنیا آمد؟
الف) سوم شعبان ب) دوم رجب
ج) چهارم شعبان د) ۱۸ شوال

۲- روز ولادت امام حسین علیه‌السلام به چه روزی مشهور شد؟
الف) روز مبارزه با استکبار جهانی ب) روز پاسدار
ج) روز دفاع مقدس د) روز جهاد و شهادت

۳- امام حسین علیه‌السلام در چه ماهی به شهادت رسید؟
الف) شوال ب) صفر
ج) محرم د) ربیع‌الاول

۴- نام سفیر و فرستاده امام حسین علیه‌السلام به کوفه چه بود؟
الف) مسلم‌بن عقیل ب) حربن یزید ریاحی
ج) حبیب‌بن مظاهر د) هانی‌بن عروه

۵- در سرزمین کربلا امام حسین علیه‌السلام توبه چه کسی را پذیرفت؟
الف) ابوذر غفاری ب) حبیب بن مظاهر
ج) حر د) عمار یاسر

۶- این جمله امام حسین علیه‌السلام در مورد کدام یک از شهدای کربلاست؟
«ای پروردگار من گواه باش... که ما هر وقت مشتاق دیدار پیامبر می‌شدیم به او نگاه می‌کردیم.»
الف) مسلم‌بن عوسجه ب) حضرت عباس علیه‌السلام
ج) قاسم‌بن الحسن علیه‌السلام د) حضرت علی اکبر علیه‌السلام

۷- کدام مناسبت به «روز جوان» شهرت دارد؟
الف) روز ولادت حضرت عباس علیه‌السلام
ب) روز ولادت حضرت علی‌اکبر
ج) ولادت حضرت زهرا سلام‌الله علیها د) هیچ کدام

۸- «زین‌العابدین» یعنی چه؟
الف) زینت‌کردن بندگان ب) زیباترین عبادت‌کنندگان
ج) زینت عبادت‌کنندگان د) هیچ کدام

۹- چرا به امام چهارم «سجاد» می‌گفتند؟
الف) چون زیاد سجده می‌کرد
ب) چون سجاده مخصوصی داشت
ج) چون محل سجده‌اش مکان خاصی بود
د) همه موارد

۱۰- نام امام چهارم چیست؟
الف) حسین ب) محمد
ج) علی د) احمد

۱۱- امام زمان عجل‌الله‌تعالی‌فرجه‌الشریف در چه سالی متولد شدند؟
الف) ۵۵۵ ه.ق ب) ۴۵۵ ه.ق
ج) ۳۵۵ ه.ق د) ۲۵۵ ه.ق

۱۲- غیبت کبرای امام زمان عجل‌الله‌تعالی‌فرجه‌الشریف از چند سالگی ایشان آغاز شد؟
الف) نه سالگی ب) پنج سالگی
ج) هفده سالگی د) هفتاد سالگی

۱۳- امام زمان عجل‌الله‌تعالی‌فرجه‌الشریف چند نایب خاص دارد؟
الف) پنج نفر ب) چهار نفر
ج) سه نفر د) شش نفر

۱۴- نام مادر امام زمان عجل‌الله‌تعالی‌فرجه‌الشریف چیست؟
الف) حلیمه ب) آمنه
ج) حکیمه د) نرجس

۱۵- یاران خاص امام زمان عجل‌الله‌تعالی‌فرجه‌الشریف چند نفر هستند؟
الف) ۳۱۳ نفر ب) ۲۰۰ نفر
ج) ۴۱۳ نفر د) ۲۱۳ نفر

۱۶- کدام یک از القاب ذیل مربوط به امام زمان عجل‌الله‌تعالی‌فرجه‌الشریف است؟
الف) علمدار ب) امیرالمؤمنین
ج) جواد د) بقیةالله

۱۷- لقب چه کسی در کربلا «سقا» بود؟
الف) محمدبن عبدالله ب) عبدالرحمن‌بن عقیل
ج) حضرت عباس علیه‌السلام د) عبدالله‌بن حسن

۱۸- چرا به حضرت عباس علیه‌السلام علمدار می‌گفتند؟
الف) چون پرچمدار و امیر لشکر امام حسین علیه‌السلام بود
ب) چون در جلوی سپاه حرکت می‌کرد
ج) چون برای اهل حرم آب می‌آورد
د) هیچ‌کدام

۱۹- «روز جانباز» کدام روز است؟
الف) روز ولادت امام سجاد علیه‌السلام
ب) روز ولادت حضرت عباس علیه‌السلام
ج) روز ولادت حضرت علی‌اکبر علیه‌السلام
د) هیچ‌کدام

۲۰ کدام امام در واقعه کربلا حضور نداشت؟
الف) امام موسی کاظم علیه‌السلام
ب) امام باقر علیه‌السلام
ج) امام سجاد علیه‌السلام
د) موارد الف و ب صحیح می‌باشد

....

- مهلت ارسال پاسخ‌نامه: تا بیست و یکم مرداد ماه ۱۳۸۹ (اول ماه مبارک رمضان)
- به ۱۴ نفر از برندگان به قید قرعه جوایز نفیسی اهدا می‌شود.
- مسابقه مخصوص کودکان و نوجوانان است. (حداکثر سن شرکت‌کنندگان ۱۴ سال می‌باشد)

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰
الف)																				
ب)																				
ج)																				
د)																				

نام و نام خانوادگی:........................
نام پدر:........................
تاریخ تولد:........................
کد ملی:........................
تلفن:........................
آدرس:........................
....
کدپستی:........................



مقدس اردبیلی مسائل مشکل را از حضرت امیر (ع) و از حضرت بقیةالله (عج) می‌پرسید

یکی از شب‌ها هنگامی که از مطالعه خسته شده بودم و بسیاری هم از شب گذشته بود، از حجره بیرون آمدم و شب بسیار تاریکی بود؛ دیدم مردی به سوی حرم می‌رود، گمان نمودم دزدی است که برای ربودن آویزهای (قندیل‌های) حرم می‌رود. مراقب او شدم. دیدم آن مرد به جانب حرم رفت و ایستاد؛ قفل افتاد و در باز شد و درب بعدی هم باز شد. پس به نزدیک قبر مشرف شد و سلام کرد. از جانب قبر جواب سلام او را بازدادند. آن وقت او را از صدایش شناختم که استادم، مقدس اردبیلی است. مسئله‌ای علمی سؤال کرد و بلافاصله از حرم بیرون آمد. به جانب مسجد کوفه روان شد. من هم او را تعقیب نمودم. چون به محراب مسجد کوفه رسید، شنیدم که با شخص دیگری در مورد آن مسئله صحبت می‌کند. بعداً به نجف اشرف مراجعت نمود. هنگام صبح به دروازه نجف رسیدیم و هوا روشن شده بود. پیش او رفتم و جریان را از او پرسیدم. آن جناب از من قول گرفت که تا وقتی زنده است برای کسی تعریف نکنم. فرمود: ای برادر، هنگامی که در مسئله‌ای شک می‌کنم، بر حضرت شاه ولایت (حضرت امیرالمؤمنین علی علیه‌السلام) عرضه می‌نمایم و جواب می‌شنوم؛ امشب هم سؤال کردم، مرا حواله به مولایم حضرت صاحب‌الزمان عجل‌الله‌تعالی‌فرجه‌الشریف نموده، فرمودند که: «حضرت مهدی عجل‌الله‌تعالی‌فرجه‌الشریف امشب در مسجد کوفه است» و آن شخص دومی که شما دیدید، حضرت بقیةالله عجل‌الله‌تعالی‌فرجه‌الشریف بودند.



افق خانواده

تازه‌های علمی



- مراجعه سالانه ۵ میلیون ایرانی به فیزیوتراپی

رئیس انجمن فیزیوتراپی ایران از بی‌حرکتی به عنوان بیماری قرن نام برد و اعلام کرد: بررسی‌ها نشان می‌دهد که سالانه بین ۳ تا ۵ میلیون نفر از جمعیت کشور به این مراکز مراجعه می‌کنند.

- استفاده از سشوار، موهایمان را شکسته می‌کند

یک متخصص پوست و مو: استفاده زیاد از سشوار و انواع لوازم آرایشی موی سر، که فشار زیادی به سر وارد می‌کنند، می‌تواند باعث شکنندگی و بی‌دوام شدن موی سر شود.

- یک متخصص تغذیه: مصرف فلفل دلمه‌ای به دلیل داشتن ویتامین A از بروز شب‌کوری و آب مروارید جلوگیری می‌کند.

- دانشمندان بلژیکی با استفاده از ژن‌درمانی شیوه جدیدی را در درمان سرطان خون ارائه کرده‌اند که در آن از دستگاه ایمنی بدن خود بیمار استفاده می‌شود. این شیوه جدید درمان ژنی، TCR نام دارد که در آن گلبول‌های سفید دارای ژن مبارزه با عفونت سلول‌های سرطانی را شناسایی می‌کند.

- متخصصان اطفال در یک پژوهش جدید هشدار دادند که گریه زیاد و طولانی‌مدت می‌تواند به رشد مغزی نوزاد آسیب وارد کرده و در سنین بالاتر منجر به بروز مشکلاتی در یادگیری شود.

- ازدواج‌های فامیلی و افزایش بیماری‌های نادر ژنتیک در ایران

رئیس انجمن ژنتیک ایران گفت: ازدواج‌های خویشاوندی در ایران منجر به افزایش بیماری‌های کمیاب و نادر ژنتیک شده است که این بیماری‌های نادر در بسیاری از مناطق دنیا شیوع ندارد.

- دکتر هادی منافی، مؤسس انجمن علمی هیپنوتیزم بالینی: دردهای ۲۰ درصد از دردهای مردم با هیپنوتیزم درمان می‌شود.

- رئیس اداره بهبود تغذیه وزارت بهداشت: وزن‌گیری ناکافی، کاهش چربی بدن و ضعف و خستگی در دوران بارداری، از علائم سوءتغذیه در زنان است.

- محققان اسپانیایی اعلام کردند: کشیدن سیگار نه تنها افراد را لاغر نمی‌کند، بلکه آن‌ها را چاق‌تر می‌کند.

- نتایج بررسی‌های دانشمندان آمریکایی نشان می‌دهد که خندیدن نیز همانند ورزش‌کردن موجب افزایش حس گرسنگی می‌شود.

- محققان بطری‌های منگوله‌داری طراحی کرده‌اند که آب را در لحظه و حتی هنگام جابه‌جایی و حرکت، تصفیه می‌کند. این بطری‌ها در درون خود یک فیلتر کربنی فعال دارند و فقط کافی است این بطری را از آب پر کنید تا در همان لحظه آب تصفیه‌شده را برای نوشیدن در اختیار شما قرار دهد.

سفره خانه

کیک گیلاس



مواد لازم

نمک: ۱/۸ قاشق چای‌خوری
آرد: ۳ پیمانه
گیلاس: ۵۰۰ گرم
تخم مرغ: ۳ عدد
کره: ۱ پیمانه سرخالی
شکر: ۱/۴-۱ پیمانه
بیکینگ پودر: ۲ قاشق چای‌خوری سرپر
پودر کاکائو: ۱ قاشق سوپ‌خوری سرپر
بادام آسیاب شده: ۴ قاشق چای‌خوری سرپر
جوز هندی: ۱/۴ قاشق چای‌خوری
دارچین: ۱ قاشق چای‌خوری
آب پرتقال: ۱ قاشق چای‌خوری
شیر: ۶ قاشق سوپ‌خوری
شکلات نیمه تلخ: ۵۰ گرم
پودر قند: مقداری برای تزیین

طرز تهیه: فر را روی حرارت ۳۵۰ درجه فارنهایت روشن نمایید. گیلاس‌ها را بشویید و هسته آن را خارج کنید. زرده و سفیده‌های تخم‌مرغ را از هم جدا کنید. کره را با همزن برقی بزنید. شکر و زرده تخم‌مرغ را اضافه نمایید تا به‌صورت کرم درآید. آرد، بیکینگ پودر، پودر کاکائو، نمک، بادام آسیاب‌شده، جوز هندی، دارچین، آب پرتقال و شیر را به آن اضافه کنید. سپس سفیده تخم‌مرغ را با همزن برقی بزنید تا زمانی که جای پره‌های همزن روی آن بماند و کاملا فرم بگیرد. آن‌گاه آن را به مواد بالا اضافه نموده و مخلوط کنید. در آخر شکلات را رنده کنید و به آن اضافه کنید. سپس کف قالب گرد به قطر ۲۰ سانتی‌متری را چرب نموده ۲/۳ خمیر را در قالب بریزید. نصف گیلاس‌ها را روی آن پخش کنید. بقیه خمیر را روی گیلاس‌ها پخش کنید و بقیه گیلاس‌ها را روی آن ریخته قالب را در طبقه وسط فر به مدت ۱ ساعت قرار دهید. پس از پخته شدن کیک و سرد شدن آن روی کیک پودر قند بپاشید.



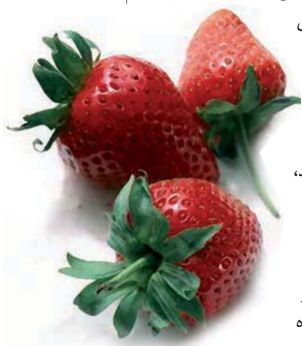
طب ناب: توت فرنگی

توت‌فرنگی، میوه‌ای شبیه توت، ولی کمی درشت‌تر، با رنگ قرمز و طعم آن ترش و مطبوع است. گل‌های آن منظم و به رنگ سفید می‌باشد. بوته‌اش کوتاه و دارای برگ‌هایی درشت و ساقه‌هایی باریک و خزنده است که روی زمین می‌خوابد و ریشه می‌دواند. توت‌فرنگی به حالت خودرو در بعضی نواحی شمالی ایران وجود دارد. از دیرباز همه قسمت‌های این گیاه مصرف دارویی داشته است.

- از برگ و ریشه آن که حاوی مقدار قابل ملاحظه‌ای تانن است به عنوان ضداسهال و ادرارآور استفاده می‌شود.
- توت‌فرنگی مانند سایر توت‌ها مثل شاه توت، توت سفید، تمشک و... پاک‌کننده روده و مثانه است.
- سلامت و عملکرد سیستم قلبی-عروقی را افزایش می‌دهد.
- موجب بهبود عملکرد حافظه و کنترل آرتریت روماتوئید (التهاب مفاصل) می‌شود.
- دارای خاصیت تقویت‌کننده، ملین و خنک کننده نیز می‌باشد.
- توت‌فرنگی از تصلب شرائین جلوگیری می‌نماید، فشار خون بالا را کاهش می‌دهد، تصفیه کننده خون و در خونسازی بدن نیز مؤثر می‌باشد.
- دم‌کرده برگ توت‌فرنگی در زیادکردن شیر بانوان مفید است.
- دم کرده برگ توت‌فرنگی یا میوه توت‌فرنگی می‌تواند نقرس و سنگ‌های مثانه را معالجه کند.
- املاح معدنی موجود در توت‌فرنگی خاصیت مسهلی به آن بخشیده است، زیرا این املاح عضلات روده را به انبساط و انقباض وادار می‌کند و به همین جهت توت‌فرنگی برای درمان یبوست مؤثر است.

اگر توت‌فرنگی را له کنید و در آب بریزید، نوشابه‌ای به دست می‌آید که برای درمان تب‌هایی که با بیماری‌های التهابی همراه می‌باشد، بسیار مفید است.

- توت‌فرنگی به علت دارابودن مقادیر کافی کلسیم و فسفر، در رشد و نمو کودکان و نوجوانان، استحکام دندان‌ها و ترمیم شکستگی استخوان‌ها بسیار مؤثر است.
- توت‌فرنگی حاوی موادی چون فسفر، کلسیم، منیزیم، پتاسیم و مقداری آهن و هیدرات ۲ کربن بوده و در بدن تولید انرژی کرده و خستگی را برطرف می‌کند.
- توت‌فرنگی به دلیل داشتن ویتامین C، در درمان بیماری لثه مؤثر بوده و به هضم غذا کمک زیادی می‌کند.
- دانشجویان و افرادی که تمرینات فکری می‌کنند، بهتر است حتماً توت‌فرنگی میل کنند، چرا که خوردن این میوه باعث تأمین فسفر مورد نیاز مغزشان می‌شود.
- هم‌چنین، توت‌فرنگی به علت داشتن ویتامین B در کاهش و رفع ترس، عصبانیت، خمودی، اضطراب، هیجان و سستی مؤثر است.
- خوردن توت فرنگی باعث پاک شدن خون از مواد مضر و زاید، مثل اوره، اسیداوریک و چربی می‌شود و نیز درمان کننده نقرس است.
- ویتامین A موجود در توت باعث رشد ناخن‌ها و تقویت چشم می‌شود.



افق خانواده

مدیر مسئول: حسن مولایی
سردبیر: یوسف ساعدی | دبیر گروه خانواده: علی انصاری‌نیا
گرافیست و صفحه‌آرا: سید امیر سجادی

نشانی: قم، ابتدای بلوار جمهوری اسلامی، کوچه ۲، پلاک ۱۵
صندوق پستی: ۴۳۸۱- ۳۷۱۸۵ تلفن: ۲۹۰۰۵۳۴ - ۰۲۵۱
پست‌الکترونیک: khanevadeh@ofoghhawzah.ir

راه سعادت

اخلاق نیکو

پیامبر خدا (ص):

- چـــون خدای تعالی ایمان را آفرید، ایمــان گفت: خدایا! مرا نیرومند گــردان. پس خداوند آن را به خــوش‌خویی و بخشندگی توانمنـــد ســاخت. و چون خداونــد کفر را آفرید، کفـــر گفت: بار خـــدایا! مرا تـــوان بخش. پس خداوند او را بـــه بخـــل و بدخـــویی نیرومنـــد ساخت. المحجة‌البیضاء/۵/۹۰
- در تــرازوی اعمــال چیزی ســنگین‌تر از خوی نیک نیســت. بحارالانوار/۷۱/۳۸۳
- آن مؤمنی ایمانش کاملتر است که اخلاقش نیکوتر باشد. امالی طوسی/۱۴۰/۲۲۷
- شـبیه‌ترین شـما بـه مـن خوش‌خوترین شماسـت. بحارالانوار/۷۱/۳۸۷
- معنای حســن خلق این اســت که اگر دنیا به انسان رو کرد راضی و خشــنود باشد و اگر رو نکرد خشــمگین و ناراحت نشود. کنزالعمال/۵۲۲۹
- بنــده، هرچنــد در عبادت ضعیف باشــد، با اخــلاق نیک خود در آخــرت به درجات بزرگ و منزلت‌های والایی دســت می‌یابد. المحجة‌البیضاء/۵/۹۳
- ای ابــاذر! نه عیبجــوی باش و نه ثناگوی و نــه بدگوی و نه ستیزنده و مجادله‌گر. بحارالانوار/۷۷/۸۵

امام علی علیه‌السلام:

- تشخیص خوی‌ها از یکدیگر و آشکارکردن خوی‌های پسندیده و ســرکوب کردن خوی‌های ناپســند رأس دانش و دانایی است. غررالحکم/۵۲۶۷
- اگــر چاره‌ای از رقابت کردن ندارید، پس در به دســت آوردن خصلت‌هــای پســندیده و خوی‌هــای بزرگوارانــه رقابــت کنید. کنزالعمال/۵/۸۰
- اگــر هــم به بهشــت امیــد (و بــاور) نمی‌داشــتیم و از دوزخ نمی‌هراســیدیم و پـــاداش و کیفـــری در میـــان نمی‌بود باز شایســته بـــود که در طلب مکارم اخــلاق برآییم، زیـــرا راه موفقیــت و پیــروزی در تحصیــل مــکارم اخــلاق اســت. مستدرک‌الوسائل/۱۱/۱۹۳
- اخلاقت را نیکو گردان تا خداوند حسابت را آسان گرداند. امالی طوسی/۱۷۴/۹
- آدم بدخــوی بســیار خطــا کنــد و زندگــی‌اش تلــخ شــود. غررالحکم/۱۶۰۴
- خوی پســندیده، میوه خرد است و خوی نکوهیده، میوه نادانی. غررالحکم/۱۲۸۰-۱۲۸۱
- آن‌کــه اخلاقــش نیکــو باشــد، مصاحبتــش نیکوســت. غررالحکم/۸/۵۳

امام صادق علیه‌السلام:

- مؤمن، بعد از انجام واجبات، عملی محبوب‌تر از خوش‌اخلاقی با مردم نزد خدای تعالی نمی‌آورد. کافی/۲/۱۰۰

داستان: به دنبال پدربزرگ

امــام حســن و امام حســین علیهماالســلام موهایشان را شــانه کرده و لباس مرتبی پوشیده بودند. لباســی به رنگ گل سرخ. آن وقت با هم دویدند تا پیش پدربزرگ بروند، اما پدربزرگ خانه نبود. آن‌ها متوجه شدند که پدربزرگ بالای منبر سخنرانی می‌کرد.

بچه‌هــا لابــه‌لای جمعیت پیــش می‌رفتند، اما جمعیت آن‌قدر بود که نمی‌توانســتند راه باز کنند و خودشــان را بــه پدربزرگ برســانند. لابه‌لای جمعیت هی می‌افتادند و بلند می‌شــدند، ناگهان نگاه پیامبر صلی‌الله علیه و آله به حسن و حسین علیهماالســلام افتاد. وقتی افتــادن آن‌ها را دید، طاقــت نیــاورد. حرفش را قطع کــرد و فوری از منبــر پایین آمــد. همه از رفتــار پیامبر تعجب کردند. پیامبر با شــتاب به ســوی بچه‌ها رفت و آن‌هــا را در آغوش گرفت. پیامبر بچه‌ها را با خود بــالای منبر برد. یکی را طرف راســت و یکی را طرف چپ خود نشــاند. مــردم همه لبخند بر لب داشــتند و این صحنــه زیبا را تماشــا می‌کردند.

آن‌وقت پیامبر با لحن شوخی گفت: خداوند راست گفته، که دارایی‌ها و فرزندان شــما فتنه هستند، مــن به نوه‌هایم نگاه کردم. دیدم از میان جمعیت نمی‌تواننــد بگذرنــد و می‌افتند. طاقــت نیاوردم. ســخنم را قطــع کــردم و آن دو را گرفتم. بعد با لبخندی حسن و حســین علیهماالسلام را بوسید و به سخنرانی خود ادامه داد.

... شعـــــر (میلاد امام سجاد علیه‌السلام)

دشمن ظلم و ستم
دشمنِ بیداد بود
سرور مردان بود
حضرت سجاد(ع) بود

سجده‌های او
بوده بی‌شمار
بوده عطر او
مثل نوبهار

در صحیفه‌اش
گفته او به ما
از گناه و شرک
کن خودت جدا

راه بندگی
داده او نشان
گفته از خدا
نرم و مهربان

او چهارمین
رهبر و ولی است
مثل شیر حق
اسم او علی است

مهدی وحیدی صدر

... شعـــــر (میلاد امام زمان علیه‌السلام)

گفته مصطفی(ص)
گفته مرتضی(ع)
می‌رسد امید
می‌رسد ظهور

می‌رسد بلی
آن ولی حق
از نگاه ما
می‌کند عبور

هست و بوده او
کشتی نجات
یاد و نام او
مانده جاودان

هست و بوده او
توی قلب ما
هست و بوده او
صاحب الزمان(ع)

مهدی وحیدی صدر

آیا می‌دانید؟



- نان سفید ارزش غذایی ندارد. بهتر است نان و غلاتی که می‌خورید، از نوع سبوس‌دار باشد که هم خوش‌طعم‌تر است، هم ارزش غذایی بیشتری دارد.
- آب میوه جای میوه را نمی‌گیرد. بهتر اســت به جای آب میوه (حتی آب میوه‌های ۱۰۰ درصد طبیعی) میوه تازه بخورید که هم فیبر بیشتری دارد، هم آنتی‌اکسیدان بیشتری.
- اگر ۲ گرم از مصرف نمک در افراد مبتلا به فشــار خون کم شــود، حدود ۵۰ درصد نیاز به دارو هم کاهش می‌یابد و علاوه بر آن ۲۵ تا ۲۶ درصد سکته‌های مغزی و ۱۶ درصد از سکته‌های قلبی کاهش می‌یابد.
- محققان می‌گویند: ورزش برای بسیاری از بیماران مبتلا به افسردگی و اختلالات اضطرابی به منزله یک قرص جادویی است و باید بیشتر به آن پرداخت.
- ریواس گیاهی اســت از تیره ترشک‌ها و دارای ســاقه‌های هوایی. طبیعت ریواس سرد اســت و امــلاح و ویتامین‌های گوناگونــی دارد. برای تمامی اعضای بدن، غذای بســیار ممتازی شــمرده می‌شــود، تقویت کننده معده و کبد می‌باشد، یرقان را برطرف می‌کند، اثر ملین داشته و اشتهاآور است. مفیدترین طریقه مصرف آن، مصرف آب ریواس همراه با آب هویج، کرفس، خیار و سیب می‌باشد (یک‌سوم آب ریواس و دوسوم بقیه مواد). ریواس برای درمان بواســیر مفید بوده و مقوی قلب و اعصاب اســت. این گیاه، ناقل نمک‌های صفراوی و محرک ترشح کبد شناخته شده است.
- فیل‌ها برای هشداردادن درباره نزدیک شدن خطری خاص، با صدایی شیپور مانند، سایرین را از خطر آگاه می‌سازند.